

0-734112' |

На правах рукописи

Зинатуллина Римма Раисовна

**ВЛИЯНИЕ ЗОН БИОЛОГИЧЕСКОГО ДИСКОМФОРТА
НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ И
ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПОДРОСТКОВ**

19.00.01 - общая психология,
психология личности, история психологии

Автореферат

диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Казань 2003

Работа выполнена на кафедре педагогики и психологии
Казанского социально-юридического института

Научный руководитель:

доктор психологических наук,
профессор
Аболин Лев Михайлович -

Официальные оппоненты:

доктор психологических наук,
профессор
Рогов Михаил Георгиевич

кандидат психологических наук
Борисова Елена Юрьевна

Ведущая организация:

Самарский государственный
педагогический университет

Защита состоится «27» мая 2003 года в 10 часов на заседании Диссертационного Совета Д. 008.012.01 по защите диссертаций на соискание ученой степени доктора педагогических наук и доктора психологических наук в Институте среднего профессионального образования РАО по адресу: 420039, г. Казань, ул. Исаева, 12.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ИСПО РАО.

Автореферат разослан _____ 27 апреля _____ 2003 г.

Ученый секретарь диссертационного совета



Трегубова Т.М.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Одной из фундаментальных проблем современного общества является сохранение психического здоровья подрастающего поколения. Специалисты различных научных областей знания исследуют условия и критерии сохранения состояний душевного, физического и социального благополучия человека, характеризующихся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающих адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности (И.В.Дубровина, Г.П.Кулакова, Л.В.Куликов, М.Ю.Рогов, Х.Хамаганова).

Всемирной организацией здравоохранения с привлечением специалистов медицины, психологии, педагогики, социологии проводятся многочисленные исследования здоровья, которые имеют комплексный характер (К.Гольдштейн, Дж.Бюдженталь, Ш.Бюллер, Г.П.Кулакова).

Как показывает анализ результатов подобных исследований, за последние десятилетия показатель психического здоровья людей значительно снизился за счет роста функциональных расстройств и хронических заболеваний с приоритетом социально-значимых болезней (А.С.Бланков, Е.А.Брюн, В.И.Екимова, Н.С.Кантонисова).

По данным отечественных психиатров в настоящее время до 90% населения страдает различными формами (нозологическими и донозологическими) нервно-психических расстройств (О.В.Даниленко, С.А.Семсе, Х.Хамаганова). Отчеты научного центра РАН показывают, что оптимальные показатели эмоциональной сферы сегодня имеют не более 20% школьников, а 60,7% подростков характеризуются донозологическими нервно-психическими нарушениями, увеличивающими риск развития выраженной психической патологии нозологического уровня (Ю.С.Шевченко, А.А.Северный, Н.М.Иовчук).

Известные ученые (Л.М.Аболин, Н.И.Наенко, Т.А.Немчин, Л.Е.Панин, В.П.Соколов) в своих работах указывают, что одним из наиболее информативных критериев нервно-психических нарушений является устойчиво высокий (сверхоптимальный) уровень эмоционального напряжения.

Большинство исследований эмоционального напряжения посвящено анализу проблем отдельно взятого индивида, его функциональных состояний, особенностей протекания психических процессов и т.п.

Исследование общей картины заболеваемости показывает необходимость не только изучения современного спектра и специфики нервных и эмоциональных расстройств, но и тщательного выявления и изучения тех факторов, которые оказывают негативное влияние на психическое здоровье человека, тем более, что количество подобных факторов растет. Одной

из причин этого является разрушительное воздействие человека на природу, создающее патогенный риск для психологического и психического здоровья. В ежегодных «Государственных докладах о состоянии окружающей среды» содержатся сведения о том, что выделение в атмосферу токсичных и опасных соединений в России составляет около 300 кг на одного человека.

Тотальный рост болезней, в том числе психического характера, в экологически неблагоприятных регионах способствует развитию новых направлений в медицине - экологической психиатрии, клинической экопатологии.

В последние годы в Отечественной и зарубежной литературе приводятся сведения о том, что состояние среды обитания определяется не только степенью техногенной загрязненности окружающей среды, но и наличием целого ряда изначально существующих факторов природного характера, среди которых ведущую роль играют такие неоднородности строения земной коры, как зоны разрывных тектонических нарушений или так называемые зоны биологического дискомфорта (ЗБДК) (Г.Г.Архангельский, А.П.Дубров, В.Г.Прохоров, В.А.Рудник, М.Сшту, Е.Hartmann).

К настоящему времени имеются многочисленные подтверждения того, что длительное нахождение людей в ЗБДК не только обуславливает неэффективность терапевтического воздействия, но и приводит к общему истощению центральной нервной системы, подавлению иммунной системы. По мнению многих ученых, биологические организмы в подобных зонах находятся в состояниях повышенных энергетических затрат, приводящих к истощению их резервов (А.П.Дубров, Е.К.Мельников, Ю.И.Мусейчук, Ю.Г.Мизун, В.А.Рудник, Г.Н.Шангин-Березовский и др.).

В исследованиях В.А.Рудника выявлена статистически значимая связь онкозаболеваемости, рассеянного склероза и ишемии сердца с зонами биологического дискомфорта. Над этими зонами намечаются изменения поведенческих функций человека, приводящие к повышению травматизма и аварийности на автотранспорте. Воздействие ЗБДК на состояние здоровья людей по своим отрицательным последствиям значительно превосходит для условий г. Уфы результаты влияния антропогенных факторов, в частности, загрязнения территорий выбросами крупных промышленных предприятий (Р.Х.Халиуллин).

В соответствии с учением Г.Селье и Р.Лазаруса, Р.Х.Шакуров рассматривает мобилизацию ресурсов организма в качестве психического барьера, приводящего к состоянию напряжения. ЗБДК как один из мощных природных факторов может привести к такому высокому напряжению, при котором психологические и физиологические ресурсы будут доведены до

степеней, близких к пределу возможностей организма или даже их превышающих. В связи с этим **темой** диссертационной работы явилось исследование влияния зон биологического дискомфорта на эмоциональное напряжение и психическое здоровье подростков.

Таким образом, в настоящем исследовании представляется необходимым углубить аспекты изучения негативных факторов среды зон биологического дискомфорта, которые сегодня являются реально действующими, поскольку знание особенностей их воздействия на психическое здоровье человека позволит не только изучить специфику состояний эмоционального напряжения, но и даст основу для разработки научных рекомендаций по организации жизнедеятельности человека в неблагоприятных зонах и сохранения его психического здоровья.

Объектом исследования является эмоциональное напряжение и психическое здоровье школьников (от 13 до 14 лет), проживающих и обучающихся в благоприятных и биологически дискомфортных зонах.

Предмет исследования — различия в эмоциональных реакциях подростков, находящихся в благоприятных и биологически дискомфортных зонах.

Цель исследования — изучить особенности влияния состояний эмоционального напряжения на психическое здоровье подростков в зонах биологического дискомфорта.

Гипотеза исследования. Специфика проявлений эмоционального напряжения является различной для подростков, длительно находящихся в пределах действия зон биологического дискомфорта, и для подростков, находящихся вне действия подобных зон. Основным условием, нивелирующим отрицательное влияние ЗБДК, является вовлечение детей в специальным образом организованную адаптивно-коррекционную деятельность.

Задачи диссертационного исследования:

1. Проанализировать научные данные о влиянии зон биологического дискомфорта на психическое здоровье и эмоциональные поведенческие особенности человека и на этой основе определить базовые и категориальные понятия по проблеме исследования; изучить и описать территории действия зон биологического дискомфорта г. Уфы.
2. Выявить особенности влияния выделенных зон (благоприятная, дискомфортная) на поведенческие особенности подростков.
3. Изучить специфику агрессивных и враждебных реакций подростков, находящихся в ЗБДК.
4. Выделить факторы, способствующие трансформации ситуативной тревожности в устойчивое личностное образование.

5. Определить психолого-педагогические условия, необходимые для коррекционной работы с подростками в зонах биологического дискомфорта.

Методологическую и теоретическую основу исследования составили системно-субъектный подход (К.А.Абульханова-Славская, Ю.И.Александров, А.В.Брушлинский, Б.Ф.Ломов и др.), согласно которому психическое здоровье - неотъемлемый компонент целостной личности, обусловленный целым рядом факторов; теория стресса (Г.Селье, Р.Лазарус, К.К.Платонов и др.), рассматривающая стабильно высокий уровень эмоционального напряжения как показатель несогласованности адаптационно-защитных механизмов организма; системно-деятельностный подход (Б.Г.Ананьев, А.Н.Леонтьев и др.); принцип системности (целостности), позволяющий определить основные направления поиска причин, способствующих формированию и развитию дезадаптивного поведения подростков, согласно которому причиной (механизмом) развития такой системы в желательном или дезорганизующем направлении является возникающее в ней рассогласование (противоречие).

Организация и методы исследования. Исследование проводилось на базе общеобразовательных школ № 66, 29, 127, 141 микрорайона Сипайлово г.Уфы. В исследовании приняли участие подростки в возрасте от 13 до 14 лет в количестве 400 человек (200 мальчиков, 200 девочек).

В качестве методов исследования использовались: анамнез, метод экспертных оценок, методика выявления тревожности и отрицательных эмоциональных переживаний как наличного состояния и как свойства личности Ч.Д.Спилбергера, методика Басса—Дарки, исследующая особенности агрессивных реакций.

Надежность и достоверность результатов исследования обоснована непротиворечивостью и теоретической обоснованностью основных методологических положений; адекватностью используемых методов исследования целям и задачам диссертационной работы; согласованностью экспериментальных данных исследования с теоретическими и экспериментальными результатами, полученными другими исследователями.

Научная новизна исследования. В исследовании на основании результатов анализа выявлена специфика психологических особенностей проявления эмоционального напряжения подростков в зонах биологического дискомфорта. Получены факты о влиянии зон биологического дискомфорта на возникновение и формирование личностной и ситуативной тревожности. Выявлены специфические характеристики агрессивных и враждебных реакций подростков, проживающих в дискомфортных зонах. В результате коррекционного мероприятия обнаружены изменения в проявлениях эмоционального напряжения и в уровне здоровья подростков, проживающих в ЗБДК.

Теоретическая ценность исследования: внесен вклад в теорию психического (эмоционального) стресса, позволяющий составить представления о наиболее чувствительных его составляющих, на которые необходимо обращать внимание при организации психокоррекции личности подростка, проживающего в ЗБДК. Теоретически обоснован и расширен арсенал способов системного анализа поведения людей, проживающих в эмоциогенных условиях (ЗБДК).

Практическая значимость работы заключается в достоверном эмпирическом материале, полученном в сравнительно новой области исследования психологии, который полезен при разработке новых подходов к изучению влияния зон биологического дискомфорта и методов психокоррекционной работы. Выявленные особенности эмоционального напряжения подростков, сложившиеся в результате воздействия ЗБДК, обогащают психологическую практику инструментарием диагностики происходящих изменений в уровне здоровья.

Апробация работы. Основные теоретические положения данной работы и ее практические результаты докладывались и обсуждались на заседаниях кафедр общей и возрастной психологии (Уфа, 2001; 2002), практической психологии (Уфа, 2002) ВЭГУ. Важной формой апробации научных разработок соискателя явились выступления на научных конференциях: «Проблемы реализации права на высшее образование в Российской Федерации» (Уфа, 1999), «Негосударственное образование в России: результаты, проблемы, перспективы» (Уфа, 2001).

Основные материалы, теоретические положения и выводы исследования опубликованы в 7 научных работах.

Внедрение полученных результатов. Разработана и используется в практической деятельности адаптационно-коррекционная программа, направленная на создание психолого-педагогических условий снижения агрессивного поведения и способствующая выработке умения подростков управлять своими психическими состояниями.

Положения, выносимые на защиту:

1. Биологически дискомфортная зона вызывает у подростков формирование и развитие повышенного эмоционального напряжения, показателями которого являются высокие уровни ситуативной и личностной тревожности, неспецифические проявления агрессивных реакций. У подростков, проживающих в биологически дискомфортной зоне, уровень агрессивности значительно выше аналогичных средних показателей подростков, находящихся в благоприятных зонах.

2. Существует тендерная специфика проявлений эмоционального напряжения в ЗБДК: проживание девочек-подростков в биологически дискомфортной зоне вызывает формирование у них более высокого уровня си-

туативной и личностной тревожности, чем у мальчиков, находящихся в подобных же условиях, оказывая на них, в свою очередь, негативное влияние в плане нарушения функционирования механизмов регуляции личности.

3. В биологически дискомфортных зонах наряду с высоким уровнем проявления прямой агрессии наблюдается устойчивый рост аутоагрессии.

Структура и объем работы. Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, библиографии, включающей 185 источников (из них 10 - на иностранном языке), общим объемом 146 с.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении обоснована актуальность исследуемой проблемы, определены объект, предмет, задачи, гипотеза исследования, показана научная новизна и практическая значимость, сформулированы положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Условия и причины возникновения эмоционального напряжения в подростковом возрасте» представлен анализ теоретических и методологических проблем, которые возникают при изучении условий и причин, определяющих эмоциональное напряжение детей. Выделены показатели агрессивности и тревожности в качестве составляющих компонентов эмоционального напряжения в подростковом возрасте. Изучена роль зон биологического дискомфорта в возникновении и развитии состояний эмоционального напряжения.

На основе современных теоретических, экспериментальных и прикладных подходов в психологии личности и психотерапии мы характеризуем психическое здоровье как зрелость, сохранность и активность механизмов личностной саморегуляции, меру способности человека трансцендировать («выводить за пределы») свою биологическую, социальную и смысловую детерминированность, выступая активным и автономным субъектом своей жизни в изменяющемся мире.

В качестве основных критериев психического здоровья приняты следующие параметры:

- 1) соответствие субъективных образов отражаемым объектам действительности и характеру реакций - внешним раздражителям, значению жизненных событий;
- 2) адекватный возрасту уровень зрелости личностных сфер - эмоционально-волевой и познавательной;
- 3) адаптивность в микросоциальных отношениях;
- 4) способность самоуправления поведением, разумного планирования жизненных целей и поддержания активности в их достижении и пр.

В работах отечественных и зарубежных психологов показано, что эмоции охватывают и детерминируют многие виды внутренних регуляций деятельности. Это - форма регуляции поведения. Она связана и сопровождает все проявления жизнедеятельности человека, проникая в каждый психический процесс (В.К.Вилюнас, А.Н.Леонтьев, С.Л.Рубинштейн, В.П.Симонов, Р.Х.Шакуров и др.). В работах других авторов обозначается положительное регулирующее и отрицательное - дезорганизующее влияние на деятельность (Л.М.Аболин, Л.С.Выготский, Э.Гельгорн и Дж.Луфборроу и др.), освещается проблема влияния эмоционального напряжения на деятельность (В.И.Лебедев, Я.Рейковский).

Особое внимание уделяется изучению особенностей подростков с синдромальным уровнем нарушений и расстройствами невротического круга. Была отмечена современная тенденция нарастания аффективно-поведенческих нарушений, при которых патохарактерологические реакции часто протекают на фоне акцентуации характера (в основном истероидного, неустойчивого, эпилептоидного типов). Характерно, что подобные состояния ведут не только к деформации личности, но и сопровождаются нарушениями социальной адаптации.

Выделены наиболее информативные психологические критерии нервно-психических нарушений - эмоциональная неустойчивость, тревожность, а также высокий уровень стресса и акцентуации характера.

При анализе зон биологического дискомфорта (ЗБДК) установлено, что в качестве таковых обычно рассматриваются участки среды обитания с аномальными по отношению к фоновым значениями параметров состояния среды, к которым (в силу их неординарности) живой организм эволюционно не адаптирован и воспринимает их как сигнал угрозы, опасности, порождающий состояние кратковременного или устойчивого стресса.

Анализ обобщенных материалов показывает, что наиболее крупные ЗБДК имеют субмеридиональное направление и совпадают с известными рудными месторождениями и вмещающими их структурами. По простиранию такие зоны прослеживаются на многие десятки километров. Их ширина, особенно в местах сочленения и пересечения разноориентированных зон, может достигать одного и более километров.

После выявления зон биологического дискомфорта в г. Уфе был проведен отбор общеобразовательных школ, находящихся в ЗБДК, с целью изучения возможного воздействия последних на состояния эмоционального напряжения и психического здоровья подростков.

Во второй главе «Исследование состояний эмоционального напряжения подростков в благоприятных биологических зонах и зонах биологического дискомфорта» подробно описаны методы изучения влияния зон

биологического дискомфорта на состояния эмоционального напряжения человека, организация и проведение исследования особенностей проявления эмоционального напряжения у подростков в ЗБДК; представлен сравнительный анализ агрессивных реакций и тревожности подростков, находящихся в благоприятных и неблагоприятных биологических зонах; сформулированы психолого-педагогические рекомендации по работе с подростками, находящимися в зонах биологического дискомфорта.

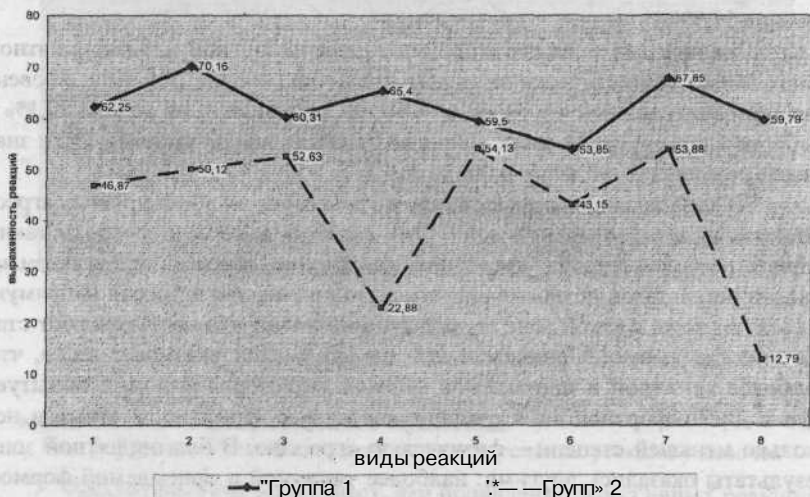
Для диагностики степени эмоционального напряжения по таким показателям, как ситуативная и личностная тревожность, использовался опросник Спилбергера.

Ситуативная тревожность в дискомфортной группе - 41,82, а в благоприятной - 37,71. Нами были получены статистически значимые различия в уровнях ситуативной тревожности между различными группами ($t=5,71$; $p=0,001$). В них отличается и уровень личностной тревожности: у подростков дискомфортной зоны она составила 43,29, благоприятной - 39,7. Значимые различия средних показателей отличаются по описываемому уровню ($t=4,56$; $p=0,001$).

Для выявления основных различий уровня тревожности у девочек различных групп проводился однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA) (В.П.Боровиков, И.П.Боровиков, 1997). Сравнение средних значений каких-либо показателей с помощью статистических Т-критериев считается важнейшим видом анализа экспериментально-психологических данных. Достоверными считались те различия, которые превышали 95%-й уровень значимости. В дискомфортной зоне по уровню ситуативной тревожности зафиксировано 43,8, тогда как в благоприятной зоне этот показатель составил лишь 39,2. Выявлены статистически значимые различия между девочками в различных группах ($t=4,28$; $p=0,01$). По показателю «личностная тревожность» были также обнаружены статистически значимые различия: количество тревожных подростков в ЗБДК - 50,1, в благоприятной зоне - 47,7 ($t=2,98$; $p=0,001$).

Средние показатели ситуативной тревожности у мальчиков в дискомфортной зоне превышают аналогичные данные в благоприятной зоне. Так, в дискомфортной зоне этот уровень составил 39,82, а в благоприятной - 36,2. Полученные данные оказались статистически значимыми ($t=4,04$; $p=0,001$). Что касается показателей личностной тревожности у мальчиков в выделенных группах, то они также имеют количественные различия. В дискомфортной зоне показатель уровня личностной тревожности зафиксирован 41,14, а в благоприятной - 37,23. Статистически значимые различия это подтверждают ($t=3,77$; $p=0,001$).

Для определения агрессивных реакций использовался опросник Басса-Дарки. Для выявления признаков агрессии у подростков в ЗБДК и благоприятной зоне мы провели сравнительный анализ (см. рис. 1).



1 - физическая агрессия; 2 - косвенная агрессия; 3 - раздражение; 4 - негативизм; 5 - обида; 6 - U познательность; 7 - вербальная агрессия; 8 - чувство вины

Рис. 1. Групповой профиль агрессивных реакций разных видов

Приведенный рисунок свидетельствует, что у подростков группы 1 (дискомфортная зона), наряду с повышенным показателем физической агрессии (62,2%), оказались заметно превышены и нормативы косвенной агрессии (70,1%). Напротив, у подростков группы 2 уровень агрессивности сочетается с умеренными показателями. Причем для испытуемых дискомфортной зоны характерны более высокие значения по каждому виду агрессии по сравнению с испытуемыми группы 2 (благоприятная зона).

Таким образом, результаты настоящего исследования свидетельствуют о том, что агрессия в дискомфортной и благоприятной зонах разного типа.

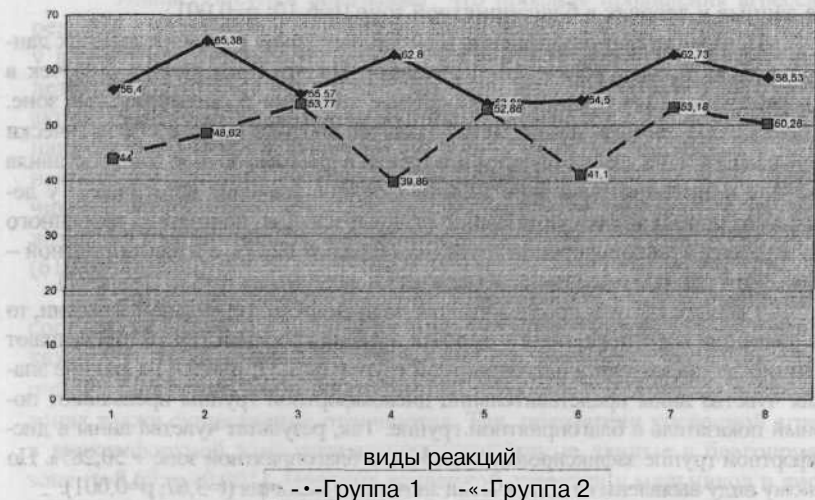
В диссертации рассмотрены данные степени выраженности различных агрессивных реакций. Результаты анализа проявления агрессии показали, что физическая агрессия значительно сильнее у подростков в дискомфортной зоне (62,2%), тогда как в благоприятной зоне эта форма агрессивности отмечается лишь у 46,8%. Показатели физической агрессии подтверждают данный факт статистически ($t=7,71$; $p=0,001$). Вербальная аг-

рессия отмечается у 67,8% подростков в дискомфортной и 53,8% в благоприятной зонах. Средние значения в дискомфортной зоне значительно превышают подобные показатели в благоприятной зоне ($t=7,17$; $p=0,001$). Негативизм, например, проявлялся у 65,5% в выборке дискомфортной зоны, тогда как в выборке благоприятной зоны эта форма афессивности составила 51,3%.

Средние значения негативизма в дискомфортной и благоприятной зонах имеют статистически значимые различия ($t=6,90$; $p=0,001$). Косвенная агрессия отмечается у 70,1% в выборке дискомфортной зоны и 50,1% в выборке благоприятной зоны. Средние значения имеют статистически значимые различия ($t=10,29$; $p=0,001$).

В ходе исследования выявлен чрезвычайно высокий уровень афессивности в дискомфортной зоне. Это касается в первую очередь таких форм афессивности, как косвенная, физическая афессия и негативизм. Анализ результатов позволил сделать вывод о том, что афессия напрямую зависит от того, в какой зоне подросток проживает, что подтверждают статистические данные. Сравнительный анализ данных указывает на то, что наиболее типичной и приемлемой формой выражения афессии испытуемые в дискомфортной зоне считают косвенную агрессию, а также в несколько меньшей степени - физическую агрессию. В благоприятной зоне результаты оказались другими: наиболее типичной и приемлемой формой выражения афессии была названа вербальная афессия, а также в меньшей степени негативизм.

Рассмотрены особенности различных видов реакций у девочек в различных зонах. По результатам средних значений по каждому виду агрессии были построены личностные профили для фупп испытуемых (см. рис. 2).



1 - физическая агрессия; 2 - косвенная агрессия; 3 - раздражение; 4 - негативизм; 5 - обида; 6 - подозрительность; 7 - вербальная агрессия; 8 - чувство вины

Рис. 2. Групповой профиль проявления агрессивных реакций у девочек

Анализ рисунка показывает, что проявление агрессивных реакций у девочек (благоприятные и дискомфортные зоны) представляют ломаные кривые, указывающие на то, что среднее значение проявлений различных видов реакций колеблется в значительных пределах. Так, у девочек в дискомфортной зоне наименьшее значение получено по шкале «косвенная агрессия», а наибольшее - по шкале «обида». В благоприятной зоне наименьшее значение получено по шкале «негативизм», а наибольшее значение - по шкале «раздражение».

Для девочек дискомфортной зоны характерны более высокие показатели значений по каждому виду агрессии в сравнении с подростками благоприятной зоны.

Показатели значения физической агрессии у девочек в дискомфортной зоне превышают данные рассматриваемого параметра у детей благоприятной группы. В дискомфортной зоне этот уровень составил 56,40%, тогда как в благоприятной зоне эта форма агрессивности отмечается лишь у 44%. Средние значения физической агрессии в дискомфортной и благоприятной зонах имеют статистически значимые различия ($t=4,49$; $p=0,001$).

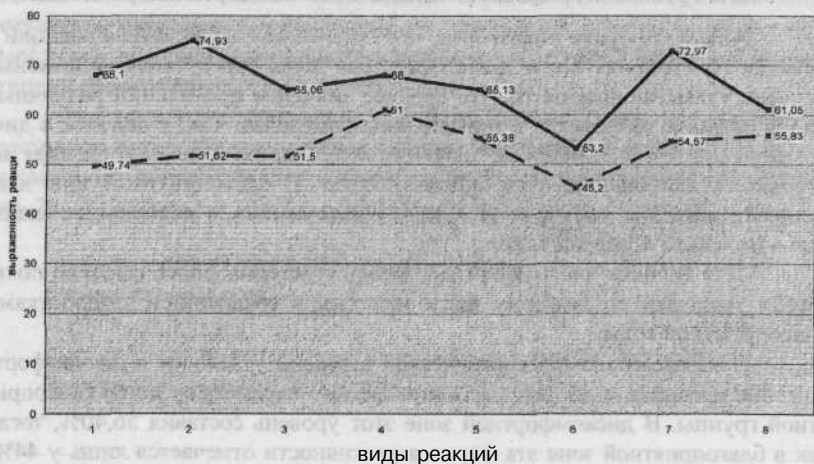
Косвенная агрессия отмечается в дискомфортной зоне (65,38%) и в благоприятной зоне (48,62%). Значимые различия среднегрупповых значений показателя косвенной агрессии у девочек также отличаются. Так, по-

казатели косвенной агрессии в дискомфортной зоне превышают идентичные данные у девочек в благоприятной зоне ($t=6,10$; $p=0,001$).

По показателю раздражения в различных зонах различия средних данных не являются статистически значимыми. Но эти показатели у девочек в дискомфортной зоне превышают подобные значения в благоприятной зоне. По показателю «обида» наблюдается такая же картина, однако статистически значимые различия здесь отсутствуют. Обида в дискомфортной зоне составила 53,88%, а в благоприятной зоне 52,88%. Средние значения негативизма у девочек в различных зонах существенно отличаются. Так, показатели названного вида агрессии в дискомфортной группе составляют 62,8%, а в благоприятной — 39,86%. Эти данные оказались статистически значимыми ($t=8,37$; $p=0,001$).

Такая же картина прослеживается по показателю вербальной агрессии, то есть значения этого показателя у девочек в дискомфортной группе превышают аналогичные показатели в благоприятной группе ($t=3,37$; $p=0,001$). Средние значения чувства вины представительниц дискомфортной группы превышают подобный показатель в благоприятной группе. Так, результат чувства вины в дискомфортной группе зафиксирован 58,53%, а в благоприятной зоне — 50,28%. По данному виду выявлены статистически значимые различия ($t=3,67$; $p=0,001$).

По результатам средних значений у мальчиков по каждому виду агрессии для испытуемых лиц были построены личностные профили (см. рис.3).



— Группа 1 - - Группа 2
1-физическая агрессия; 2-косвенная агрессия; 3 - раздражение; 4 - негативизм; 5 - обида; 6 - подозрительность; 7 - вербальная агрессия; 8 - чувство вины

Рис. 3. Групповой профиль проявления агрессивных реакций разных видов у мальчиков

Анализ рисунка показывает, что профиль проявления агрессивных реакций у мальчиков в дискомфортных и благоприятных зонах так же, как и у девочек вышеназванных групп, представляют ломаные кривые. Они свидетельствуют о том, что средние значения проявления различных видов реакций имеют неодинаковые величины. У мальчиков в дискомфортной зоне наименьшее значение получено по шкале «подозрительность» - 53,2%, а наибольшее значение - по шкале «косвенная агрессия» (72, 97%). Для мальчиков благоприятной зоны наименьшее значение получено по шкале «подозрительность» — 45,2%, а наибольшее значение - по шкале «негативизм» (61,00%).

Шкала физической агрессии у подростков в дискомфортной зоне составила 68,10%, а в благоприятной - 49,74%. По рассматриваемому показателю нами выявлены статистически значимые различия ($t=6,70$; $p=0,001$). Средние значения косвенной агрессии у мальчиков в различных зонах также существенно отличаются. Так, показатели косвенной агрессии в дискомфортной зоне превышают аналогичные данные в благоприятной зоне ($t=8,69$; $p=0,001$). Процент косвенной агрессии у мальчиков в дискомфортной зоне составляет 74,93%, в то время как в благоприятной зоне этот показатель составляет только 51,62% ($t=8,69$; $p=0,001$).

Что касается показателя негативизма, то здесь получены следующие данные: в дискомфортной зоне у мальчиков этот вид преобладает у 68%, а в благоприятной зоне аналогичные данные составили 61%. Статистически значимые различия подтверждают повышенный негативизм ($t=2,33$ на 2%-м уровне значимости).

Значимые показатели среднего значения вербальной агрессии у мальчиков рассматриваемых групп также отличаются ($t=7,10$; $p=0,001$). Раздражительность в дискомфортной зоне составила 65,06%, в благоприятной - 51,50%. Средние значения раздражительности у мальчиков также имеют статистически значимые различия ($t=6,55$; $p=0,001$). По показателю «обида» наблюдается такая же картина: в дискомфортной зоне обидчивость составляет 65,13%, а в благоприятной зоне этот показатель несколько ниже - 55,38%. Эти средние значения у мальчиков в дискомфортной и благоприятной зонах имеют значимые различия ($t=3,55$; $p=0,001$). Подозрительность у подростков в различных зонах также имеет существенные отличия. Так, у мальчиков в дискомфортной зоне подозрительность статистически значима ($t=3,46$; $p=0,001$). Подозрительность в благоприятной зоне превышает аналогичную характеристику в дискомфортной зоне. Иными словами, осторожность и недоверие по отношению к людям ярче выражены у мальчиков дискомфортной зоны. Характеристик?! чувства вины выше у мальчиков в дискомфортной зоне на 1%-м уровне значимости ($t=2,37$).

По полученным нами данным процентный показатель чувства вины у них в дискомфортной зоне составил 61,05%, а в благоприятной - 55,83%.

Поскольку в результате дисперсионного анализа в группе девочек значимыми оказались различия в шкалах Басса-Дарки «физическая агрессия», «косвенная агрессия», «негативизм», «вербальная агрессия», «подозрительность», в процессе корреляционного анализа делался упор именно на эти шкалы.

У девочек в дискомфортной группе подозрительность коррелирует с чувством вины ($r=0,376$, $p<0,05$) и с обидой ($r=0,29$, $p<0,05$). А высокие значения по шкале «обида» связаны с раздражением ($r=0,244$, $p<0,05$).

В благоприятной же группе зависимость подозрительности и чувства вины обратная ($r=-0,275$, $p<0,05$). Угрызение совести мы можем отнести к проявлениям аутоагрессии. Таким образом, девочки, проживающие в дискомфортной зоне, являются аутоагрессивными.

Еще более ярко эта закономерность проявляется у мальчиков. В благоприятной зоне ситуативная тревожность положительно коррелирует с вербальной ($r=0,225$, $p<0,05$) и физической ($r=0,375$, $p<0,05$) агрессией, следовательно, она не вытесняется. Это подтверждается и тем, что негативизм в благоприятной зоне связан с вербальной агрессией ($r=0,247$, $p<0,05$) и обратно связан с угрызением совести ($r=-0,268$, $p<0,05$). Это говорит о том, что агрессивность проявляется в естественных формах компенсаций. В дискомфортной зоне ситуативная тревожность коррелирует с обидой ($r=0,28$, $p<0,05$), что психологически более опасно и может служить причиной внутренних конфликтов.

На основе полученных данных разработана и реализована целостная модель психокоррекционной работы с подростками, проживающими в зонах биологического дискомфорта. Эта программа направлена на выработку способов управления психическими состояниями, а также организацию и осмысление собственной деятельности, открывает перспективу многоуровневой психолого-педагогической работы с состояниями эмоциональной напряженности в зонах биологического дискомфорта.

Реализация разработанной нами программы коррекции осуществлялась в несколько этапов. На первом этапе была организована просветительская работа с педагогическими коллективами общеобразовательных школ, сформированы коррекционные группы (10-12 человек) на основе принципа добровольного участия, составлены графики работы групп из расчета - два занятия в неделю. На втором этапе проводилось собственно коррекционное воздействие в семи группах (3 группы занимались на базе средней школы № 141, 4 группы — школы № 66). Занятия осуществлялись под нашим руководством штатными психологами данных учебных заведе-

ний. Таким образом, базовый этап программы составил два с половиной месяца (октябрь-декабрь 2002г.); всего в коррекционной программе было задействовано 79 подростков: 43 девочки и 36 мальчиков.

В ходе проведения коррекционной работы произошли изменения эмоционального напряжения. Эта динамика представлена в следующих результатах: ситуативная тревожность в первой подгруппе составила 33,44%, во второй - 36,12%, в третьей - 34,28%, в четвертой - 33,28%; среднее значение — 34,86%. Эти результаты могут служить основанием для предположения об изменении показателей ситуативной тревожности в зоне биологического дискомфорта по сравнению с начальными в 41,82%.

Анализ показывает, что в ЗБДК изменилась личностная тревожность. Результаты анализа динамики личностной тревожности показывают снижение среднегрупповых значений личностной тревожности в ЗБДК (36,29% при исходном - 43,29%).

Способность к управлению своим психическим состоянием повлияла на показатели физической и косвенной агрессии, негативизма. Общая тенденция этих изменений заключается в снижении основных показателей агрессии у подростков, находящихся в ЗБДК. Средний уровень физической агрессии имели 44,29% при исходном 62,25; число подростков с косвенной агрессией снизилось с 70,16 до 54,89%. Показатели негативизма в ЗБДК достигли 42,29% при исходном 65,40%.

Анализ результатов проведенного этапа адаптационно-коррекционной программы показывает стойкую тенденцию снижения показателей агрессивности и эмоционального напряжения у подростков в зонах биологического дискомфорта; о том же свидетельствуют и экспертные оценки учителей, отмечающих повышение степени адекватности их поведенческих реакций.

В заключении обобщаются результаты проведенного исследования, которое позволяет сделать следующие выводы:

1. Анализ научной литературы свидетельствует, что решение одной из основных проблем современного общества - сохранение психического здоровья населения требует участия специалистов не только медицинской, но и психолого-педагогической, экологической и др. областей.
2. Высокие показатели (до 60,7%) донозологических нервно-психических нарушений среди подростков обуславливаются в том числе устойчивым и системным превышением мобилизационных сил организма, проявляющихся в сверхоптимальном уровне эмоционального напряжения.
3. Систематизация научных данных исследований показывает, что такие геологические неоднородности в строении земной коры, как зоны повышенной проницаемости, представленные зонами разломов, являются зона-

ми биологического дискомфорта. Негативное влияние ЗБДК на биологические системы, в частности - на здоровье человека, может в несколько раз превосходить отрицательное воздействие антропогенных факторов.

4. Нахождение подростков в биологически дискомфортной зоне вызывает формирование у них эмоционального напряжения - высокого уровня ситуативной и личностной тревожности, нарушая эмоционально-волевые механизмы регулирования человека. У девочек, проживающих в биологически дискомфортной зоне, значительно быстрее происходит формирование высокого уровня ситуативной и личностной тревожности, чем у мальчиков в этой же исследовательской группе, оказывая негативное влияние на функционирование механизмов регуляции личности.

5. У подростков, проживающих в биологически дискомфортной зоне, уровень агрессивности значительно выше средних показателей в контрольной группе. В дискомфортной зоне наряду с высоким уровнем проявления прямой агрессии (в сравнении с контрольной группой) с помощью корреляционного анализа установлен феномен сформированности агрессивного реагирования личности по типу аутоагрессии. Это позволяет говорить не только в целом о повышенном агрессивном статусе личности, но также о нарушении системы внутренней безопасности человека, когда охраняемые механизмы не справляются с изменением в структуре поведения и свидетельствуют о поведенческих деформациях. Это не противоречит литературным данным и может служить объяснением высокой заболеваемости в дискомфортной зоне сердечно-сосудистыми, иммунологическими, гормональными и др. заболеваниями.

6. Предложенная целостная модель психокоррекционной работы с подростками, проживающими в зоне биологического дискомфорта, обладает реальными возможностями для эффективного предупреждения и преодоления отклонений в развитии и поведении детей.

Исследование не исчерпывает содержания рассматриваемой проблемы ввиду ее сложности и полиаспектности. Научные исследования по проблеме должны быть продолжены. В диссертации намечены возможные пути дальнейшего развития исследований по данной теме.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях автора:

1. Галяутдинова СИ., Белан Л.Н., Зинатуллина Р.Р. Зоны биологического дискомфорта и некоторые психологические особенности личности: Учебное пособие. - Уфа: Восточный университет, 2002. - 64 с. (авторских - 51с.)
2. Зинатуллина Р.Р. Влияние ГПЗ на распространение болезней неинфекционного характера // Проблемы реализации права на высшее образование

в Российской Федерации: Мат-лы рос. науч.-практ. конф. - Уфа: Восточный университет, 1999-4.1. - С. 107-108.

3. Зинатуллина Р.Р. Влияние на здоровье школьников гепатогенных зон // Негосударственное образование в России: результаты, проблемы, перспективы: Мат-лы республ. науч.-практ. конф. - Уфа: Восточный университет, 2001.-4.2.- С. 36-37.

4. Зинатуллина Р.Р. Дисгармоничное развитие личности в зонах биологического дискомфорта. - Екатеринбург: Уральский гуманитарный университет, 2003.-49 с.

5. Зинатуллина Р.Р. Профилактика девиантного поведения в подростковом возрасте // Перспективы и проблемы развития социально -психологической службы: Мат-лы рос. науч.-практ. конф.— Уфа: Республиканский центр социально-психологической помощи семье, детям, молодежи, 2000. - С. 76-77.

6. Зинатуллина Р.Р. Психологические особенности проявления тревожности у подростков, находящихся в зонах биологического дискомфорта // Научно-практическая конференция, посвященная Году здоровья и 70-летию БГМУ: Мат-лы конф. // Здравоохранение Башкортостана. -2003. - № 3 (спецвыпуск). - С. 279-281.

7. Зинатуллина Р.Р. Состояние психического здоровья подрастающего поколения // Актуальные проблемы в области здравоохранения и образования: Сб. ст. - Уфа: Восточный университет, 2003. - С. 60-63.

